

1、食材：牛蛙5只，莴笋1根，豆芽200g，泡姜50g，干辣椒20g，花椒5g，蒜头30g，青辣椒2个，小米辣4个，料酒10g，盐适量，白胡椒粉1g，淀粉20g，鸡精5g，郫县豆瓣酱40g，白糖少许，食用油适量。2、牛蛙买的时候让店家处理好，拿回家清洗干净切成小块。3、泡椒切片，蒜头去皮洗净拍扁，干辣椒泡软洗净剪段，花椒冲洗干净，青辣椒和小米辣洗净切圈待用。4、豆芽洗净沥水，莴笋去皮洗净切片待用。5、淀粉放入小碗里待用。6、把切好的牛蛙放入碗里，加入10g料酒，1g盐，1g白胡椒粉，20g淀粉，搅拌均匀，腌20分钟。7、锅里放入半锅水烧开，放入一勺油，一勺盐，少许白糖调匀，放入豆芽和莴笋焯至断生，焯好以后捞起来沥干水，倒入大碗里。8、热锅放入适量油，放入蒜头和泡姜炒出香味，再放入干辣椒和花椒炒出香味。9、再加入40g郫县豆瓣酱炒出红油。倒入800ml水，大火把水烧开，水开加入适量盐和5g鸡精调匀。10、放入腌制好的牛蛙煮熟。牛蛙煮好倒入装有配菜的大碗里。放上青辣椒和小米辣，重起油锅，放入适量油烧至9成热，把热油浇到青红辣椒上面即可。